TANITA®
Monitoring Your Health

MANUAL

InnerScan®

Radio Wireless Body Composition Platform

www.distrimed.com

Model : BC-1000

Eng **Instruction Manual**
Read this Instruction Manual carefully and keep for future reference.

F **Mode d'emploi**
A lire attentivement et à garder en cas de besoin.

E **Manual de instrucciones**
Lea detenidamente este manual de instrucciones y guárdelo para futura referencia.

Introduction

Merci d'avoir choisi l'analyseur de composition corporelle Ironman de Tanita.
Cet appareil fait partie de la vaste gamme de produits de santé grand public de Tanita.
Ce mode d'emploi vous guide dans les procédures d'installation et vous explique les fonctions principales de l'appareil.
Veuillez le garder à portée de main pour vous y référer ultérieurement. Pour toute information complémentaire sur la santé au quotidien, n'hésitez pas à consulter notre site Web www.tanita.com.
Les produits Tanita intègrent les dernières recherches cliniques et innovations technologiques.
Le Comité consultatif médical de Tanita vérifie toutes les données pour garantir leur validité.

Remarque : A lire attentivement et à garder en cas de besoin.

⚠ Précautions d'emploi

Les personnes ayant un implant médical électronique, comme un stimulateur cardiaque, ne devrait pas utiliser l'impédancemètre car celui-ci fait passer un signal électrique de faible niveau à travers le corps, qui peut interférer avec son fonctionnement.
Les femmes enceintes ne doivent utiliser que la fonction de mesure du poids. Aucune des autres fonctions n'est conçue pour les femmes enceintes.
Ne posez pas cet appareil sur une surface glissante telle qu'un sol mouillé.
Tanita ne saurait être tenue responsable de quelques dommages ou pertes que ce soient, entraînés par l'usage de cet appareil, ni de quelque réclamation que ce soit provenant de tiers.

Remarques importantes à l'intention des utilisateurs

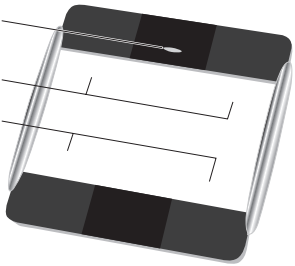
Cette balance impédancemètre est destinée aux adultes et enfants âgés de 7 à 17 ans sédentaires ou modérément actifs, ainsi qu'aux adultes pratiquant du sport de façon intensive.
Tanita définit "une personne athlétique" une personne impliquée dans une activité physique intense d'environ 10 heures par semaine, pendant au moins 6 mois, et qui a une fréquence cardiaque au repos d'environ 60 battements par minute ou moins. Ceci inclut également les personnes ayant eu une activité physique élevée tout au long de leur vie mais dont l'activité physique actuelle ne dépasse pas 10 heures par semaine.
La fonction de contrôle du taux de graisse corporelle n'est pas destinée aux femmes enceintes, athlètes professionnels ou culturistes.
Tanita décline toute responsabilité en cas de perte ou de dommages occasionnés par ses appareils ou en cas de réclamation effectuée par un tiers.

Remarque : Le calcul du taux de graisse corporelle varie en fonction du volume d'eau contenu dans l'organisme, et peut également être affecté par la déshydratation ou un niveau hydrique excessif dus à divers facteurs tels que la consommation d'alcool, la période des règles, une maladie, un exercice physique intense, etc. Il est recommandé que, si possible, toutes les lectures soient prises à la fin d'une journée, puisque le matin au réveil, les niveaux d'hydratation sont à leur taux le plus bas.

Caractéristiques

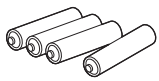
Plateau de pésee

1. Indicateur lumineux (vert et Rouge)
2. Electrodes avant (doigts de pied)
3. Electrodes arrière (talons)



Accessoires

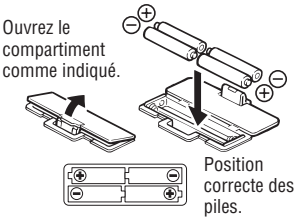
4. Piles de type AA (4)



5. Tapis de sol (4)

F

Avant utilisation



Ouvrez le compartiment comme indiqué.

Position correcte des piles.

⚠ Insertion des piles

Ouvrez la trappe du réceptacle situé sous le plateau de pesée et insérez les piles comme indiqué.

Remarque: assurez-vous que les piles sont placées dans le bon sens, en respectant la polarité. Si elles ne sont pas dans la bonne position, elles risquent de couler et d'endommager le plancher. En cas de non-utilisation prolongée, il est conseillé de retirer les piles de l'appareil.

Les piles livrées avec l'appareil ne sont pas conçues pour une utilisation durable.

Tapis de sol détachable (Uniquement pour les sols supérieurs à 0.28" (7 mm) d'épaisseur)

⚠ Positionnement de l'appareil

Placez le plateau de pesée sur une surface dure et plane présentant un niveau de vibrations minimal, ceci afin d'assurer une mesure exacte, en toute sécurité.

Utilisez le tapis de sol lorsque la balance est utilisée sur une surface instable comme sur des carpettes ou de la moquette.

Remarque : pour des raisons de sécurité, évitez de marcher sur les bords du plateau.

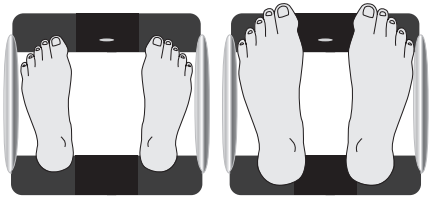
Conseils de manipulation

Cet appareil est un instrument de précision faisant appel à des technologies de pointe.

Pour maintenir l'appareil dans des conditions optimales d'utilisation, suivez les indications suivantes :

- Ne tentez pas de démonter la balance.
- Rangez l'appareil à l'horizontale et de manière à ce que les touches ne puissent pas être actionnées accidentellement.
- Ne le faites pas tomber et ne montez pas dessus brusquement. Evitez les vibrations excessives.
- N'exposez pas l'appareil directement aux rayons du soleil et ne le placez pas à proximité d'un radiateur ni dans un endroit susceptible d'être très humide ou de présenter des variations de température importantes.
- Ne l'immergez pas dans l'eau et n'utilisez pas de détergent pour le nettoyer. Nettoyez les électrodes à l'aide d'un chiffon imbibé d'alcool.
- Ne montez pas sur le plateau de pesée lorsque vous êtes mouillé.
- Ne faites pas tomber des objets sur l'appareil.
- Ne pas utiliser cette balance pendant que les capteurs opèrent (comme un téléphone mobile), cela pourrait affecter vos résultats.
- Lorsque l'appareil n'est pas utilisé pendant une longue période, il est recommandé d'enlever les piles.

Comment obtenir des résultats exacts



Talons centrés sur les électrodes.

Les orteils peuvent dépasser du plateau.

Pour que les résultats soient aussi exacts que possible, les mesures doivent être effectuées sans vêtements et dans des conditions hydriques similaires. Si vous n'ôtez pas vos vêtements, ôtez vos collants ou chaussettes et assurez-vous que vos pieds sont propres et secs avant de monter sur la balance. Assurez-vous que vos talons sont correctement alignés sur la plate-forme de mesure. Ne vous inquiétez pas si le plateau semble trop court pour vos pieds. L'appareil fonctionne correctement même lorsque vos orteils dépassent du plateau. Il est préférable d'effectuer les mesures à la même heure de la journée et dans des conditions identiques pour obtenir des résultats homogènes. Essayez si possible d'effectuer la mesure au moins 3 heures après le lever, un repas ou un exercice physique violent.

Remarque : Les mesures ne sont valides que si vos pieds sont propres et secs, que vos genoux ne sont pas pliés et que vous n'êtes pas assis.

Utilisation de la Montre Garmin

Réglage et enregistrement des données personnelles en mémoire

La montre Garmin doit être programmée avec le profil d'utilisateur personnalisé pour que la plate-forme fonctionne, et que la montre puisse recevoir les lectures (* 1).

(*1) : Aller sur http://www.thecompetitiveedge.com/downloads/ pour consulter le manuel de l'utilisateur afin de lire les fonctionnements de la montre, les avertissements et autre information importante

Relevés de composition corporelle

1. Avant de procéder, assurez-vous que la montre et l'affichage a distance du PC sont à moins de 17 feet (5m) l'un de l'autre.
2. Pour effectuer le couplage avec la plate-forme appuyez et maintenez le bouton du poids sur la montre pendant environ 3 secondes, jusqu'à ce que l'affichage indique "SCANNING". **(Ne pas se tenir sur la plate-forme.)**
3. Lorsque le couplage entre la plate-forme et la montre est fait, la montre affiche "SCALE FOUND",(Balance Trouvée) la plate-forme émettra un seul bip, et le voyant lumineux vert clignotera.
4. La montre alors ira à l'affichage de la composition corporelle.
5. **Montez sur la plate-forme tandis que le voyant lumineux vert clignote.**
6. Après la mesure terminée, la plate-forme émettra deux bips, le témoin lumineux vert ne clignotera plus (reste solide), et le poids, le % de la masse de gras corporel, et le % de la masse d'eau corporelle seront automatiquement affichées sur la montre.
7. Descendre de la plateforme avec précaution après la mesure terminée.
8. Les données stockées dans la montre peuvent maintenant être transmises à votre PC à l'aide du Tanita Healthy Edge ou du logiciel de conversion Garmin (Suivez les instructions de la montre et des logiciels respectifs pour réaliser ce transfert.)

Remarque : Vous devez télécharger les drivers USB avant de brancher l'USB ANT™ Stick à votre ordinateur.

⚠ Avertissement

N'utilisez pas la fonction "mesure du taux de graisse corporelle" de cette balance si vous portez un stimulateur cardiaque ou tout autre implant électronique.

F

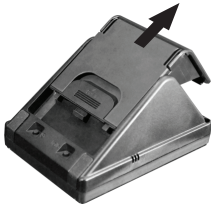
Utilisation de l'affichage distant sur table sans fil TANITA

Réglage initial

Assurez-vous que le pèse-personne se trouve à moins de 5 m (17 pieds) et que les piles sont en place. Insérez les piles dans l'affichage distant. Appuyez sur n'importe quelle touche du panneau avant pour démarrer le processus de communication. L'icône de communication sans fil (📶) sur l'affichage clignote quand l'affichage distant communique avec le pèse-personne. Une fois que la communication a été effectuée sans problème (l'icône disparaît), passez à l'étape 1 "Réglez l'heure".

Remarque: Si un problème de communication se produit, l'affichage indique "ErrC", appuyez sur la touche du panneau avant pour rétablir le processus de communication.

Couvercle du logement des piles



1. Réglez l'heure

Appuyez sur les touches ▲/▼ pour régler l'heure, puis appuyez sur la touche SET. L'appareil émet un bip de confirmation.

2. Réglez les minutes

Appuyez sur les touches ▲/▼ pour régler les minutes, puis appuyez sur la touche SET. L'appareil émet deux bips pour confirmer la programmation.

• Réinitialisation de l'heure

Appuyez sur la touche d'horloge située au-dessous de l'affichage distant. Puis suivez les étapes 1 et 2.

Touche de rétroéclairage

Position debout

Réglage et mémorisation de données personnelles

Les résultats sont affichés uniquement si les données ont été programmées sur l'affichage distant sur table Tanita.

1.Sélectionnez le numéro des données personnelles

Utilisez les curseurs pour sélectionner Femme (👤) ou Homme (🧍) et le Femme/Sportive (👤/🏃) ou Homme/Sportif (🧍/🏃), appuyez ensuite sur la touche Set (réglage).

2.Réglez l'âge

Utilisez les touches ▲/▼ pour sélectionner l'âge. Appuyez sur la touche SET.

3.Sélectionnez Homme ou Femme

Utilisez les touches ▲/▼ pour sélectionner Femme / Homme / Femme sportive / Homme sportif. Appuyez sur la touche SET.

4. Sélectionnez la taille

Utilisez les touches ▲/▼ pour sélectionner la taille. Appuyez sur la touche SET.

5. Sélectionnez le niveau d'activité (Sauf D-1100)

Utilisez les touches ▲/▼ pour sélectionner le niveau d'activité. Appuyez sur la touche SET pour confirmer. L'affichage distant émet deux bips de confirmation et toutes les données clignotent trois fois sur l'affichage pour confirmer la programmation. L'appareil se met ensuite hors service automatiquement.

Pour utiliser la fonction DCI (Apport calorifique quotidien) correctement, vous devez régler le niveau d'activité.
Niveau 1 = inactif (peu ou pas d'exercice)
Niveau 2 = modérément actif (exercice occasionnel et peu intense)
Niveau 3 = adulte avec une activité physique intense
Remarque: Si vous sélectionnez le mode Athlète, le niveau d'activité est réglé automatiquement sur le Niveau 3.

Commutation en mode Poids

Sélectionnez votre mode poids préféré en utilisant le bouton de mode poids en bas de l'affichage distant.

Affichage des résultats sur la composition du corps

1. Avant de procéder, assurez-vous que le pèse-personne se trouve à moins de 5 m (17 pieds) de l'affichage distant.
2. Appuyez sur la touche ▼ (Utilisateur) pour mettre l'appareil en service, puis appuyez sur les touches ▲/▼ pour sélectionner le numéro de vos données personnelles.
   (**Ne montez pas sur le pèse-personne.**)
3. Appuyez sur la touche SET pour confirmer votre numéro personnel.
4. Quand l'affichage distant et le pèse-personne sont jumelés, le pèse-personne émet un bip de confirmation et le témoin vert clignote.
5. **Montez sur le pèse-personne pendant que le témoin vert clignote.**
6. Une fois que la mesure est terminée, le pèse-personne émet deux bip de confirmation et les résultats apparaissent automatiquement sur l'affichage distant.
7. Descendez doucement du pèse-personne une fois que la mesure est terminée.
8. À n'importe quel moment pendant ou après le "Processus d'affichage automatique", l'utilisateur peut utiliser les touches ▲/▼ pour faire défiler les différents résultats. Pour faire défiler des résultats plus détaillés, maintenez pressées les touches ▲/▼. Après avoir sélectionné les résultats souhaités, relâchez la touche pour voir les résultats, ils resteront sur l'affichage pendant 30 secondes avant que l'appareil ne se mette automatiquement hors service.

Remarque: Pour les enfants (âge 7-17), l'appareil affiche uniquement le poids et le pourcentage de graisse corporelle (il n'affiche pas l'Indicateur de plage de santé)

Fonction de rappel

Les résultats précédents des fonctions suivantes peuvent être obtenus avec la fonction de rappel.

- Poids
- Graisse corporelle %
- Masse hydrique totale %
- Masse musculaire
- BMR/Âge métabolique ou DCI/Âge métabolique
- Niveau de graisse viscérale

Pour obtenir les résultats précédents, appuyez sur la touche SET pendant que les résultats actuels sont affichés. L'affichage affiche les résultats précédents. Pour voir les autres résultats précédents, appuyez encore pour obtenir les résultats souhaités. Appuyez de nouveau sur SET pour revenir sur l'affichage des résultats actuels.

Remarque: Pour les enfants (âge 7-17), l'appareil affiche uniquement le poids et le pourcentage de graisse corporelle.

Programmation du mode Invité

Le mode Invité vous permet de programmer l'appareil pour une utilisation unique sans avoir besoin de régler de nouvelles données personnelles.

Appuyez sur la touche ▲ pour mettre l'appareil en service. Puis suivez ces étapes: Réglez l'âge, Sélectionnez Femme ou Homme et Spécifiez la taille.

Pour mesurer uniquement le poids

Appuyez sur la touche Poids seulement.
Montez sur le pèse-personne pendant que le témoin vert clignote.
Une fois que la mesure est terminée, le pèse-personne émet deux bips et les mesures apparaissent automatiquement sur l'affichage distant. Descendez doucement du pèse-personne une fois que la mesure est terminée.

⚠ Avertissement

N'utilisez pas la fonction "mesure du taux de graisse corporelle" de cette balance si vous portez un stimulateur cardiaque ou tout autre implant électronique.

Dépannage

- Des interférences peuvent se produire si plusieurs plates-formes sont présentes. Veuillez utiliser une seule plate-forme dans un endroit donné
- Ne pas monter sur la plate-forme avant que la plate-forme émette un bip et que le voyant lumineux vert clignote.
- Ne pas descendre jusqu'à ce qu'un double bip ou que la lumière verte reste solide (ne clignote plus), la mesure est prise, et les lectures sont affichées sur le l'appareil approprié (par exemple, la montre Garmin, ou l'affichage à distance de Tanita et / ou PC)
- Si vous ne montez pas sur la plate-forme dans les 30 secondes après que le voyant lumineux vert commence à clignoter, l'appareil s'éteindra automatiquement.
- **Le voyant Lumineux rouge reste allumé**
  Assurez-vous que les chaussettes ou les bas sont enlevées, et que la plante de vos pieds sont propres et bien alignées sur la plate-forme de mesure. (voir p.8)
  Assurez-vous de descendre de la plate-forme seulement **après** que les deux bips sonores ou que le voyant lumineux vert clignote.
  L'unité ne peut pas mesurer votre poids avec justesse si elle détecte un mouvement. Veuillez restez sur la plateforme en essayant de ne pas bouger.
  Si le pourcentage de graisse dans le corps est de plus de 75%, l'unité ne pourra pas faire de mesure.
  La lecture ne peut pas se faire si la capacité de poids a été dépassée. La charge maximale est de 440 lb (200 kg).
- **Le voyant lumineux rouge clignote**
  Les piles sont faibles. Lorsque le voyant lumineux rouge clignote, remplacez les piles immédiatement, car la faiblesse des batteries aura une incidence sur la précision de vos mesures. Changez toutes les piles en même temps et utilisez des piles de format AA.

www.distrimed.com

AVERTISSEMENT FFC

Les changements ou modifications non expressément approuvés par la partie responsable de la conformité pourrait entrainer l'annulation du droit de l'utilisateur à se servir de l'équipement.

Caractéristiques
BC-1000

Capacité de pesage maxi
200kg

Graduation
0.1kg

Alimentation
Courant Continu 6V (LR6 – Piles AA x 4 incluses)

Consommation d'énergie
100 mA au maximum

Plage température d'utilisation
41°F - 95°F / 5°C - 35°C

Avis de la Commission fédérale des communications des États-Unis (FCC) et de l'institut canadien ICES

Cet équipement a été testé et déclaré conforme aux limites d'un appareil numérique de classe B, conformément à la partie 15 des règlements de la FCC.
Ces limites visent à assurer une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans les résidences. Cet appareil produit, utilise et peut émettre des fréquences radio et, à défaut d'être installé et utilisé conformément aux instructions, il risque de nuire aux communications radio. Il n'est toutefois pas garanti qu'il n'y aura aucune interférence dans une installation donnée. Si cet appareil nuit à la réception de la radio ou de la télévision, ce que l'on peut déterminer en mettant l'appareil hors tension puis à nouveau sous tension, l'utilisateur est invité à tenter de corriger la situation en prenant une ou plusieurs des mesures suivantes :

- Réorienter ou déplacer l'antenne réceptrice.
- Augmenter la distance entre l'appareil et le récepteur.
- Brancher l'appareil dans une prise reliée à un circuit différent de celui auquel le récepteur est branché.
- Consulter le concessionnaire ou un technicien spécialisé en radio et télévision.